

# Ausrüstungsliste

## Kletterausrüstung

- Hüftgurt (selbsttragend)
- 2 Bandschlingen vernäht 120 cm
- 1 Reepschnur (D 5 mm, L 1 m – Kurzprusik zum Abseilen)
- 2 Reepschnüre (D 5 mm, L 3 m)
- 4 Schraubkarabiner (davon mind. 2 birnenförmige HMS-Karabiner)
- 1 Sicherungsgerät (zB Smart / Tuber / Grigri,...)
- 8 Express Schlingen
- Kletterschuhe
- Kletterseil (1 Seil je 2 Teilnehmer)
- Steinschlaghelm

## Bekleidung und Anderes

- Rucksack
- Augenbinde (Kopf-/Halstuch o.ä.)
- Outdoorbekleidung der Witterung entsprechend
- Bewegungsfreundliche Kleidung
- Trinkflasche/Thermoskanne + Jausenbox
- Zugstiegschuhe oder leichte Wanderschuhe
- Schreibutensilien

## Vorsorge/Gesundheit/Notfall

- falls notwendig, eigene Medikamente
- Verbandszeug
- Personalausweis / Alpenvereinsausweis
- E-Card

## Mobilität

- Falls bei der Anreise Transporttechnisch möglich, wird um die Mitnahme eines Fahrrads gebeten. Dieses wird für die Fahrten von der Unterkunft zu den umliegenden Klettergebieten benötigt. Sollte die Mitnahme eines Fahrrads nicht möglich sein, organisieren Sie sich bitte rechtzeitig ein Leihfahrrad vor Ort.